



UNIVERSIDAD DEL SURESTE



DOCENTE:  
DR. SAUL PERAZA MARIN

ALUMNO:  
LUIS ALBERTO ALVAREZ HERNANDEZ

MATERIA:  
PEDIATRÍA

UNIDAD:  
SEGUNDA

TEMA:  
MONOGRAFIA DE LA OBESIDAD EN NIÑOS EN MEXICO

Tuxtla Gutiérrez, Chiapas a; 05 de octubre del 2021.

## **Introducción**

La obesidad es un problema importante de salud pública en la niñez, y está asociada a un alto riesgo de complicaciones en la infancia y a un aumento de morbilidad y mortalidad a lo largo de toda la vida adulta. La obesidad produce ahora más muertes que el bajo peso. La obesidad de los padres se correlaciona con un mayor riesgo de obesidad en sus hijos. Los factores prenatales como el peso elevado previo a la concepción, la ganancia de peso durante el embarazo y el tabaquismo materno se asocian a un mayor riesgo de obesidad futura.

El retraso del crecimiento intrauterino con compensación precoz en la lactancia se asocia al desarrollo de adiposidad central y a riesgo cardiovascular en la edad adulta. La lactancia materna es un protector modesto frente a la obesidad en función de la cantidad y la duración. Los lactantes con niveles elevados de reactividad negativa (temperamento) tienen un mayor riesgo de obesidad que los que presentan una mejor autorregulación.

La obesidad es consecuencia de un balance energético positivo. Las causas subyacentes a este balance positivo son habitualmente modificables: una ingesta calórica elevada, una reducción en el consumo energético del organismo por disminución de la actividad física o, una combinación de ambas situaciones. Los cambios socioeconómicos también han favorecido una amplia disponibilidad de alimentos y la producción de alimentos elaborados ricos en energía; paralelamente, la actividad física de la población ha disminuido drásticamente por la realización de trabajo sedentario y la generalización de los medios de transporte.

Las personas tenemos la capacidad de almacenar energía en el tejido adiposo, esto permite la supervivencia en tiempos de escasez de alimentos. La obesidad es el resultado de un desequilibrio de la ingesta calórica y el gasto de energía. Incluso el exceso calórico progresivo pero mantenido causa un exceso de adiposidad. La adiposidad individual es la consecuencia de una interacción compleja entre el hábito corporal, el apetito, la ingesta nutricional, la actividad física y el gasto energético, genéticamente determinados.

## **Objetivos para la prevención**

- Fomentar la actividad física.
- Aumentar la disponibilidad, accesibilidad y consumo de agua simple potable.
- Disminuir el consumo de azúcar y grasas en bebidas.
- Implementar el plato del bien comer.
- Promover la lactancia materna exclusiva hasta los seis meses de edad, y favorecer una alimentación complementaria adecuada a partir de esa edad.
- Disminuir el consumo diario de grasas saturadas y reducir al mínimo las grasas trans de origen industrial.
- Orientar a la población sobre el control de tamaños de porción recomendables.
- Disminuir el consumo diario de sodio.

## **OBESIDAD EN NIÑOS EN MEXICO**

### **Contenido**

Según la OMS, la obesidad la define como acumulación anormal o excesiva de grasa que puede ser perjudicial para la salud. La podemos identificar calculando el índice de masa corporal (IMC), que sirve para conocer el estado nutricional de las personas. La obesidad infantil en México se ha convertido en una emergencia sanitaria por ser una epidemia, para la OMS y la OPS, México está entre las naciones con el índice más alto de obesidad. De acuerdo con el Global Health observatory, México es uno de los cinco países de latinoamérica con la prevalencia más alta de sobrepeso (9.0%) en niños menores de cinco años.

La obesidad aumenta el riesgo de padecer enfermedades como diabetes, enfermedad cardiovascular, enfermedad cerebrovascular, cáncer, dislipidemias; estas pueden disminuir la calidad de vida e incrementan el riesgo de muerte prematura de quienes las padecen. La obesidad afecta a la economía ya que eleva los costos médicos. Dentro de los factores de riesgo que conlleva a la obesidad son malos hábitos alimenticios, aporte deficiente de macronutrientes y micronutrientes, también el no dar lactancia materna exclusiva en los primeros 2 años de vida.

México se caracteriza por tener notables diferencias epidemiológicas entre las regiones, localidades urbano rural y en los diferentes niveles socioeconómicos. La prevalencia de obesidad en México ha podido estimarse gracias a la información obtenida de diversas encuestas de representatividad nacional, realizadas en su mayoría desde finales de la década de 1980 por la Secretaría de Salud (SS) y el Instituto Nacional de Salud Pública (INSP).

Chiapas ocupa el quinto lugar a nivel nacional en sobrepeso y obesidad infantil, de acuerdo a la encuesta nacional de salud y nutrición, el sobrepeso y la obesidad en niños menores de cinco años es del 47.1 por ciento a nivel estatal, de 28 por ciento en zona urbana y el 19.1 por ciento en la zona rural. Según datos de expertos, se calcula que seis de cada diez personas padecen obesidad y sobrepeso, situación que ha alertado a las autoridades pues la tendencia por el estilo de vida hace que el número incremente cada año.

## **Conclusión**

Se debe implementar acciones de prevención y control de la obesidad, de carácter multisectorial, dirigidas a la modificación del sistema y el entorno alimentario, y a mejorar el acceso físico y económico de las familias para alcanzar una dieta saludable y sostenible, así como transformar los factores que propician la actividad física, mejorar la calidad de la atención primaria de la salud para prevenir la obesidad y sus complicaciones.

La obesidad se ha convertido en una epidemia, afecta a uno de cada 20 niñas y niños menores de 5 años y uno de cada 3 entre los 6 y 19 años y a siete de cada 10 adultos en nuestro país. En años recientes se declaró una emergencia sanitaria, ya que México es el segundo país a nivel mundial, después de Estados Unidos con esa problemática. Los municipios con más casos en la entidad chiapaneca son Chilón, Oxchuc, Ocosingo, San Cristóbal, Chiapa de Corzo, Tapachula y Tuxtla.

## **Bibliografía**

- Tratado de pediatría – Nelson 21ª edición.
- Manual de nutrición – nutrición en el ciclo de la vida 2ª edición.
- Manual de nutrición - Dietoterapia, nutrición clínica y metabolismo 3ª edición.